
THE DIABETES-CHALLENGE IN THE CLASSROOM

Vesna Dimitrovska

O.U “Sv.Kliment Ohridski”, North Macedonia, vdimitrovska@gmail.com

Abstract: This paper is the result of experiential learning and the paradoxical situation in which the teacher was placed in a student's position, not in order to learn things that are common in educational practice, but for life lessons that depend on the survival of the student. Diabetes is a modern disease, which is unfortunately more present today in the youngest population. Facing him as a teacher, and above all as a person, gives a new dimension to the teacher's view that the student is always in the position of acquiring knowledge in the educational process, on the contrary the teacher is placed in a situation in which he is "new "A student straight ahead of a challenge called chronic disease. It's like a flipped classroom, only in this intertwined classroom the situation is not simulated but real. While in many other developed countries great attention is paid to the support of teachers and students who are faced with such situations in life, the teacher is left alone, constantly making decisions during the teaching, which are of life significance to the student . A health and education strategy designed according to the needs of people with chronic disease specifically in the case of diabetes is essential. A well-designed strategy that would be a product of mutual collaboration of the structures involved to ensure the smooth functioning of diabetic students throughout the teaching process and extracurricular activities would be the only solution for dealing with this chronic disease. The subjects would be physicians, researchers, teachers faced with this problem, students who live with this problem and parents of diabetic students as well as parents of other students in the department where this problem is present. When we face a student with diabetes in teaching, the teacher should be familiar with several basic rules that will lead him to more successful dealing with it. It should be taken into consideration that every student with diabetes may have different symptoms, the fact that the teacher should be prepared for confronting and responding to hypo and hyperglycemia, be calm, not attracting undue attention and creating panic, always in addition to having a bottle of water and honey, the student will never leave the student himself without supervision from other students when he is low in blood sugar and most importantly is to listen to his student and to learn from him about his condition.

Keywords: diabetes, teacher, challenge, basic rules

ДИЈАБЕТЕСОТ-ПРЕДИЗВИК ВО УЧИЛНИЦАТА**Весна Димитровска**

O.U „Св.Климент Охридски“, vdimitrovska@gmail.com

Резиме: Овој труд е резултат на искусственото учење и на парадоксалната ситуација во која наставникот беше поставен во положба на ученик и тоа не со цел да научи работи кои се секојдневие во образовната пракса, туку за животни лекции од кои зависи преживувањето на ученикот. Дијабетесот е современа болест која за жал е се присутна денес и тоа кај најмладата популација. Соочувањето со него како наставник, а пред се како човек, му дава нова димензија на погледите на наставникот кон ставот дека ученикот е оној кој секогаш е во позиција на добивање на знаења во образовниот процес, на против наставникот е ставен во ситуација пред која е „нов“ ученик испрвен пред предизвик наречен хронична болест. Тоа е како flipped classroom, само во оваа испревртена училишна ситуацијата не е симулирана туку реална. И додека во многу други развиени земји се посветува големо внимание на поддршката на наставниците и учениците кои се соочуваат со вакви животни ситуации, кај нас наставникот е оставен сам на себе, постојано да донесува одлуки во текот на наставата, кои се од животна значење за ученикот. Неопходна е здравствена и образовна стратегија дизајнирана според потребите на лицата со хронични болест конкретно во случајот за дијабетот. Само добро осмислена стратегија која би била производ на меѓусебна соработка на структури кои се вклучени за да овозможат непречено функционирање на учениците со дијабет во текот на наставата и воннаставните активности би била единствено решение за справување со оваа хронична болест. Субјектите би биле, медицински лица, истражувачи, наставници соочени со овој проблем, ученици кои живеат со овој проблем и родители на учениците со дијабет како и на родители на останатите ученици од одделението, каде што е присутен овој проблем. Кога во настава се соочуваме со ученик со дијабетес, наставникот треба да е запознаен со неколку основни правила кои ќе го водат кон поуспешно справување со истиот. Во предвид треба да се земе фактот дека секој ученик со дијабет може да има различни симптоми, фактот дека

наставникот треба да е подготвен за соочување и реагирање при хипо и хипер гликемии, да биде смирен, да не привлекува непотребно внимание и да создава паника, секогаш покрај ученикот да има шише вода и мед, никогаш да не го остава ученикот сам без надзор од другите ученици кога тој е со низок крвен шеќер и најважно од се е да го слуша својот ученик и да учи од него за неговата состојба.

Клучни зборови: дијабетес, наставник, предизвик, основни правила

1. ВОВЕД

Во нашата образовна пракса скоро и да не се зборува за присуството на учениците со хронични болести како и за предизвиците, ситуациите и начините на справување со истите, кои произлегуваат од оваа проблематика. Неретко поради ваквата состојба родителите, а и самите наставници, се одлучуваат да премолчат и решение да бараат без меѓусебна соработка, соочувајќи се со проблемот самостојно и индивидуално. Сето тоа води до еден лавиринт на агонија бидејќи без доверба помеѓу субјектите во наставниот процес, нема успешна настава. Иако овие ученици не треба да се разликуваат на кој било начин од други ученици, тие сепак ја заслужуваат нивната болест да има соодветно внимание и разбирање од нивните наставници.⁴⁷ Што се подразбира под внимание и разбирање, зависи, пред тоа од сите, одговорни училишни работници, кои не треба да ја разгледаат болеста на нивниот ученик со сожалување, туку со спремна стратегија која би била изготвена од релевантни субјекти од повеќе области и ставена во институционална рамка.

2. ОСНОВНИ ЧЕКОРИ КОИ ТРЕБА НАСТАВНИКОТ ДА ГИ ЗНАЕ И ДА ГИ СЛЕДИ КОГА ВО НЕГОВАТА УЧИЛНИЦА ИМА УЧЕНИК СО ДИЈАБЕТ

1. Секое дете е различно:

Секое дете со дијабетес може да доживее различни симптоми на низок крвен шеќер. Некои од овие симптоми може да вклучуваат слабост и / или замор, главоболки, потење, раздразливост, тресење, прекумерна глад и брз срцев ритам. Ситуации кои можат да влијаат на шеќерот во крвта вклучуваат внесување на инсулин, потрошувачка на храна, вежбање, болест, стрес и промени во рутината.

2. Дозволете периодични закуски:

Вашиот ученик, најверојатно, ќе треба да јаде закуски за време на часот кога ќе се чувствуваат дека се „ниско“. Ова е императив и од суштинско значење во помагањето да се осигура дека нивниот шеќер во крвта не е премногу низок. Можете да му помогнете на вашиот ученик со тоа што ќе им дозволите да чуваат итни случаи на закуски (вклучувајќи ги и јаглехидратите со брзо дејство) во вашата училница, во случај да забораваат.

3. Не привлекувајте непотребно внимание:

Повеќето деца со дијабетес не сакаат и не треба да се третираат поинаку. Не ги ограничувајте нивните активности, не обрнувајте внимание или одбијте нивно барање ако имаат или бараат вода, закуска, тест за шеќер во крвта или пауза во тоалетот. Ако ученикот постапува чудно во одделението, со знаци или мимики, побарајте од нив да го проверат шеќерот во крвта, можеби им треба медицинска помош. Обрнете големо внимание на редовното уживање на ученикот и обезбедете уникатен сигнал помеѓу двајцата за да го потсетите кога е време.

4. Бидете подготвени:

Низок крвен шеќер може да се појави во секое време. Секогаш бидете подготвени и носат закуска која има 15 грама брзодејствувачки јаглехидрати, мед, газирани сок и сл.

5. Никогаш не оставајте дете со низок крвен шеќер:

Ако ученикот се соочува со низок крвен шеќер, дајте им ужина и време да го тестираат шеќерот во крвта. Осигурајте се дека вашиот студент секогаш го користи системот - другарче.

6. Дозволете му неограничено пиење вода:

Високиот шеќер во крвта може да предизвика екстремна жед. Дозволете им да имаат шише вода на работната маса за да се избегне нарушување на наставата.

7. Дозволете неограничен паузи за во тоалет:

⁴⁷ Husref Tahirović, Alma Toromanović.(2006). *Koliko odgovorni zaposlenici škole pomažu djeci oboljeloj od šećerne bolesti tip 1 u toku pohađanja nastave?*,222-224.

Вашиот ученик нека знае дека е во ред да се земе пауза за во тоалет кога е потребно. Ако неговиот или нејзиниот шеќер во крвта е висок, природниот одговор на телото е да се елиминира дополнителната гликоза со користење на тоалет.

8. Имајте разбирање:

Високото и ниското ниво на шеќер во крвта може да отежне ученикот да се концентрира на моменти, предизвикувајќи мала дезорганизација. Имајте на ум дека можеби ќе треба да повторите некои работи. За нив можеби ќе треба да го прекажете тестот ако имаат ниска епизода на гликемија.

9. Комуницирајте:

Работете како тим со ученикот, родителите / старателите, соучениците за да се одржуваат сите линии на комуникација отворени. Запознајте се со семејството на почетокот на учебната година за да го запознаете секојдневието на ученикот со дијабетес. Ова ќе ви обезбеди мир на умот дека сите фактори се разгледуваат.

10. Истражувајте за дијабетесот кај децата:

Направете обид да го разберете животот на вашиот ученик со дијабетес преку едукација на себе. Направете стратегија која ќе ги вклучи сите расположливи субјекти. Најдете сојузници кои ќе ви помогнат во тоа, а тоа се соучениците и нивните родители како и останатите наставници кои се вклучени да предаваат во вашето одделение. Вашата подготвеност да го стори тоа ќе помогне да се обезбеди вашиот студент да добива соодветна грижа и да постигнува оптимални перформанси.⁴⁸

3. ФАКТИ КОИ СИТЕ СУБЈЕКТИ ВО НАСТАВАТА ТРЕБА ДА ГИ ЗНААТ ЗА ДИЈАБЕТОТ

Сите се прашуваат која е тајната на успешноста во промените. Промената како активност на последователност и логички, каузален редослед ја карактеризираат следните чекори:

1. Децата нема да го одраснат дијабетес тип 1: Со дијабетес тип 1, клетките во панкреасот кои произведуваат инсулин се уништени. Луѓето со дијабетес тип 1 секогаш ќе треба да земаат инсулински инјекции. Промените во начинот на живот или исхраната нема да го "подобрат" типот на дијабетес тип 1.

2. Инсулин не е лек! Но, тоа е единствениот третман! Без инсулин, луѓето со дијабетес тип 1 не можат да преживеат.

3. Потребна е напорна работа за справување со дијабетес: Децата со дијабетес тип 1 обично изгледаат здрави. Тоа е затоа што тие и нивните семејства работат напорно за да го задржат нивото на шеќер во крвта во целниот опсег. Тие го прават тоа со често проверување на нивоата и брзо дејство кога е потребно - како што се додавање на инсулин –корекција или да земање закуска поради екстра физичка активност.

4. Децата со дијабетес сè уште можат да јадат слатки (и било што друго)! Освен ако немаат алергии или нетолеранции на храна, учениците со дијабетес можат да јадат сè што другите го можат - сè додека имаат доволно инсулин. Со претходно планирање, училишниот персонал може да обезбеди деца со дијабетес да бидат вклучени во активности кои вклучуваат посебни третман.

5. Нивото на шеќер во крвта може брзо да се промени! Важно е често да се проверува шеќерот во крвта, бидејќи има многу фактори што може да предизвикаат промена од минута до минута.

6. Технологијата е корисна, но таа не функционира самостојно! Некои ученици носат инсулински пумпи за да обезбедат инсулин. Пумпата е уште еден начин да се достави инсулин, и дали да или не да се користи пумпа, е индивидуален избор. Некои ученици носат континуирани глукозни монитори (CGMs), кои ги земаат вредностите на шеќерот во крвта на секои неколку минути. Но, ниту еден од овие уреди не функционира сам. Луѓето се уште треба внимателно да го следат нивото на шеќер во крвта, внесот на храна и активност и да донесуваат одлуки за тоа колку инсулин да дадат и кога.⁴⁹

4. ЗАКЛУЧОК

Дијабетесот тип 1 е доживотна болест која вклучува голем дел од секојдневните напори. Кога децата со дијабетес тип 1 се мали, нивните родители ќе го завршат најголем дел од работата за нив. Како што децата растат, тие мора да ја преземаат одговорноста за сопствената грижа во свои раце. Учениците со дијабетес сакаат да бидат како и секој друг. Како и другите деца, учениците со дијабетес тип 1 сакаат да се вклопат. Тие не сакаат да бидат издвоени поради нивната болест. Родители на деца заболени од дијабетес, а и самите деца, според нивната возраст, се едуцираат за контрола и лекување на болеста во домашни услови. Сепак, во просек, една четвртина од денот тие поминуваат на училиште, надвор од домашна средина, така што тие

⁴⁸ <https://www.medtronicdiabetes.com/loop-blog/10-tips-for-teachers-of-students-with-diabetes/>

⁴⁹ <https://www.diabetesatschool.ca/schools/10-things>

остануваат сами во тој период бидејќи наставникот, одделението, наставниците по физичко и здравствено образование и директорот на училиштето (и другите одговорни вработени во училиштето), не се едуцираат за болеста на своите ученици и се сведува на драгата волја на наставникот. Сите ученици со дијабетес тип 1, без разлика колку се независни, имаат потреба од поддршка од сите фактори вклучени во образовниот процес. Факт е дека учениците со дијабетес тип 1 не ја добиваат потребната помош во врска со нивната болест за време на престојот во училиштето. Проблемите со кои се присутни во текот на наставата и воннаставните активности ја потенцираат потребата од развивање на организиран и рационален пристап кон стандардизирање на грижата за ученик со дијабетес тип 1 за време на неговиот / нејзиниот престој во училиштето, но тие исто така мора да се креираат документи кои ќе можат да се користат за да помагаат при справување со проблемот со хронични болести во образованието. До тогаш одговорот на прашањето кој треба да се грижи за хронично болното дете во училиштето останува отворен.

ЛИТЕРАТУРА

Husref Tahirović, Alma Toromanović.(2006). *Koliko odgovorni zaposlenici škole pomažu djeci oboljeloj od šećerne bolesti tip 1 u toku pohađanja nastave?*,222-224.

<https://www.medtronicdiabetes.com/loop-blog/10-tips-for-teachers-of-students-with-diabetes/>

<https://www.diabetesatschool.ca/schools/10-things>